

Ćwiczenia dydaktyczne

Tabela 1: Wyniki dla próbek

Tłumaczenie Karolina Ciosek

Nazwa powszechnie stosowana	Nazwa naukowa	Principales sustancias probablemente responsables de la actividad antioxidante	Przedziały czasowe (działanie antyoksydacyjne) [s]
Woda			27
Marchewka	<i>Daucus carota</i>	Kwas chlorogenowy, α i β karoten	33
Kalafior	<i>Brassica oleracea</i> <i>Botrytis</i>	indol-3-carbinol, sulforafano, glucosinolatos, witamina C, isotiocianato	34
Ocet		Antocyjany	35
Oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia	<i>Olea europea</i>	Hydroksytyrozol, tyrosol, oleuropeina, kwas kawowy	36
Pomidory koktajlowe	<i>Solanum lycopersicum</i> (Pachino IGP)	<i>trans</i> -likopen, <i>fitofluen</i> , fitoen, ζ -karoten, kwas chlorogenowy i kawowy	38
Jabłko	<i>Malus domestica</i>	Antocyjany, kwercetyna i glikozydy izoramnetyny i dihydrochalkony, katechiny, phloridzin, kwas chlorogenowy, proantocyjanidyny	39
Czosnek	<i>Allium sativum</i>	Rozpuszczalne w wodzie związki siarkoorganiczne (<i>S</i> -allilo-cysteina i <i>S</i> -allylmercaptocysteina) Rozpuszczalne w wodzie związki siarkoorganiczne (polisiarczki diallilu, ajoen), flawonoidy (kwercetyna), w szczególności alliksyna i selen	39
Cebula	<i>Allium cepa</i>	4'-O-beta-glukozyd kwercetyny 3,4'-O-beta-diglukozyd kwercetyny	40
Mermelada de higo	<i>Ficus carica</i>	Cianidina-3-O-ramnoglucósido como principal antocianina; polifenoles	42

Niniejszy tekst jest materiałem pomocniczym do artykułu:

Farusi G (2009) W poszukiwaniu jedzenia z przeciwutleniaczami. *Science in School* 13. www.scienceinschool.org/2009/issue13/antioxidants/polish

Nazwa powszechnie stosowana	Nazwa naukowa	Główne substancje prawdopodobnie odpowiedzialna za działanie przeciwutleniające	Przedziały czasowe (działanie antyoksydacyjne) [s]
Hurma (kaki, persymona)	<i>Diospyros kaki</i>	β -kryptoksantyna, zeaksantyna, katechiny, β -karoten i kwas askorbinowy	45
Owoc kiwi	<i>Actinidia chinensis</i>	Witaminy C i E, izoflawony, katechiny i epikatechiny, serotoniny	45
Pomarańcza	<i>Citrus sinensis</i>	Antocyjany, glikozydy flawonoidowe, aglikony flawonu, glikozydy flawonu	49
Cytryna	<i>Citrus limon</i>	Glikozydy flawonoidowe, glikozydy flawonu C-glikozyloflawon	56
Różowy grejpfrut	<i>Citrus paradisi</i>	Witamina C, likopen, naringenina , glikozydy flawonoidowe, aglikony flawonu, glikozydy flawonu	63
Cytron	<i>Citrus medica</i>	Glikozydy flawonoidowe, aglikony flawonu, glikozydy flawonu, witamina C	71
Miód		Chrysin, pinobanksin, kaempferol, kwercetyna, witamina C, pinocembrin	79
Drzewko truskawkowe	<i>Arbustus unedo</i>	Kwercetyna, isokwercetyna, rutyna we wszystkich próbkach. Kwas chlorogenowy w niektórych próbkach.	140
Czekolada		Kwas galusowy, epikatechiny, katechiny	147
Czerwone wino		Resweratrol, kwercetyna, katechiny, epikatechiny	538
Granat	<i>Punica granatum</i>	Kwas askorbinowy, antocyjany, katechiny, taniny elagowe, galusowe i kwas elagowy	574
Dżem jeżynowy	<i>Rubus ulmifolius</i>	Cyjanki i kwas elagowy	1006
Kawa espresso		Metylpyridinium, melanoidyny, kwasy	6970

Niniejszy tekst jest materiałem pomocniczym do artykułu:

Farusi G (2009) W poszukiwaniu jedzenia z przeciwutleniaczami. *Science in School* 13. www.scienceinschool.org/2009/issue13/antioxidants/polish

		chlorogenowe	
--	--	--------------	--

Niniejszy tekst jest materiałem pomocniczym do artykułu:

Farusi G (2009) W poszukiwaniu jedzenia z przeciwutleniaczami. *Science in School* **13**. www.scienceinschool.org/2009/issue13/antioxidants/polish